

# LNAP 2015

- 20 h 00 Groupe d'étude (BIO1130 & ITI1120)
- 21 h 00 Groupe d'étude (BIO1130 & ITI1120)
- 22 h 00 Solution anti-procrastination : la motivation
- 23 h 00 Solution anti-procrastination : la gestion du temps
- 00 h 30 Pause pizza
- 01 h 00 5 mythes de la rédaction universitaire
- 02 h 00 5 erreurs à éviter
- 03 h 00 Promenade nocturne
- 04 h 00 Solution anti-stress : la méditation
- 05 h 00 Solution anti-stress : le coloriage
- 06 h 30 Pause déjeuner
- 07 h 00 Zoothérapie

## LONGUE NUIT ANTI- PROCRASTINATION

**5 - 6 novembre | 20 h - 8 h**

Centre d'aide à la rédaction des travaux universitaires (CARTU)

110, Université | 613-562-5601 | [cartu@uOttawa.ca](mailto:cartu@uOttawa.ca) | [sass.uOttawa.ca/fr/redaction](http://sass.uOttawa.ca/fr/redaction)

